

„Handeln, damit es nicht zu Gewalt kommt“

Um das richtige Verhalten in brenzligen Situationen dreht sich das neue Buch von Jakob Kandlbinder mit dem Titel „Selbstbehauptung und Deeskalation“. Es erscheint im Telos-Verlag. Darin erklärt der Sozialpädagoge, wie Menschen jeden Alters entstehende Konflikt-, Krisen- und Gefahrensituationen möglichst gut meistern.



Kaffee mit Milch, Zucker oder schwarz, Herr Kandlbinder? Eine Tasse Tee ist mir lieber.

Kann man ein Gespür für gefährliche Situationen entwickeln? Man sollte seiner Intuition folgen. Unser Bauchgefühl ist ein bewährtes Frühwarnsystem.

Gibt es ein Patentrezept dafür, eine Konfliktsituation zu entschärfen?

Nein. Aber es hilft, flexibel auf möglichst viele Ansätze zur Deeskalation zurückgreifen zu können. Zu den eigenen Werkzeugen zählt, sich wie ein Löwe, Hase, Papagei, Igel oder Affe zu verhalten, also je nach Situation zu kämpfen, zu fliehen, zu verharren, zu reden oder sich ideenreich zu zeigen.

Wie trifft man in brenzligen Situationen den richtigen Ton?

Um einen Konflikt zu lösen, ist es wichtig, einfühlend, wertschätzend und zielführend zu sprechen. Oft handelt es sich ja um ganz alltägliche Szenen. Solange man miteinander redet, ist die Situation noch nicht eskaliert. Das oberste Ziel ist, dass es nicht zu körperlicher Gewalt kommt.

Welchen Fehler sollte man auf keinen Fall machen?

Vermeiden sollte man Beleidigungen, Drohgebärden oder einen zu geringen Abstand zum Gegenüber zu halten. Man sollte auch nicht bedrängen, belehren, oder einseitig werten, was man beobachtet.

Wie reagieren, wenn man zu brenzligen Situationen dazu stößt?

Am besten, man lässt den Täter in Ruhe, geht zum Opfer hin und mit ihm weg. Andere gezielt anzusprechen, also die Situation öffentlich zu machen sowie um Mithilfe zu bitten, bringt etwas. Auch wenn man Zivilcourage zeigt, bleibt Eigensicherung das Wichtigste.

Was machen, wenn die Deeskalation fehlschlägt?

Dann geht es darum, sich selbst und andere zu schützen. Wenn eine Waffe gezogen wird, sollte man daran denken wegzulaufen bzw. sich soweit selbst verteidigen zu lernen, um sich zu befreien und weglaufen zu können. Zudem sollte man in so einem Fall den Täter danach bei der Polizei anzeigen, um Kreisläufe der Gewalt zu durchbrechen.

Gibt es bei Sexualisierter Gewalt gegen Frauen Spezielles zu beachten?

Unbedingt. In diesem Fall sollten Frauen mit ihrer Stimme und ihrem Körper schnell und wütend reagieren. Erfahrungsgemäß lassen dann 90 Prozent der unbekannteren, gerade kennengelernten oder weitläufig bekannten Täter von ihr ab.

Tauchen auf längere Sicht immer wieder dieselben Probleme auf?



Hofft, mit seinem neuen Ratgeber mitzuhelfen, Konflikte zu deeskalieren und Gewalt vorzubeugen: der Sozialpädagoge Jakob Kandlbinder (45). – Foto: Slezak

Oder hat sich das in den letzten Jahren verändert?

Gewalt gibt es, seitdem es Menschen gibt. In Deutschland sind in den letzten drei Jahrzehnten die Zahlen offiziell runtergegangen. Demnach ist auch ihre Qualität nicht gestiegen, wie manche meinen. Allerdings gibt es ein Dunkelfeld. Der Einschätzung mancher Schulleiter zufolge ist die Qualität der Gewalt gestiegen. Ich persönlich sehe eine Verrohung der Gesellschaft nur bei anonymer Hasskriminalität im Internet. Wenn dort der eine etwas sagbar macht, tut es womöglich ein anderer.

In Hinblick auf den Krieg in der Ukraine: Kann man das private Konfliktmanagement auf die Weltpolitik übertragen?

So lange man miteinander redet, gibt es eine Chance. Spielen politische Interessen eine Rolle, ist die Deeskalation allerdings weit schwieriger. Wichtig wäre, dass beide Seiten ihr Gesicht wahren können. Durch Win-Win-Situationen lassen sich Konflikte beenden. Für das Opfer, die Ukraine, wäre das natürlich schwierig.

Jetzt zu ihrem neuen Buch: In welcher Auflage erscheint es?

Die ersten 300 Stück sind bereits vergriffen, so dass es jetzt einen

Nachdruck gibt. Beim Telos-Verlag habe ich schon meine Diplomarbeit verlegt. Ich wusste, dass mein Manuskript dort genauso umgesetzt wird wie ich es mir vorstelle.

Um welche Art von Buch handelt es sich?

Ich wollte kein Fachbuch veröffentlichen, sondern einen Ratgeber für die Hilfe in Krisensituationen. Ich will nicht wissenschaftlich erklären, wie und warum etwas schief läuft, sondern, was man tun kann, damit Situationen nicht eskalieren. Theorien erwähne ich nur, um das verständlich zu machen.

ZUR PERSON

Jakob Kandlbinder (45) ist Sozialpädagoge, stammt aus dem Unteren Bayerischen Wald und arbeitet seit 15 Jahren als Streetworker in Pfarrkirchen. Im Nebenberuf betreibt er die Firma namens „Gewaltprävention Niederbayern“, in deren Angebot das neue Buch erschienen ist. Mit seiner Frau, die Stadträtin ist, und den drei Kindern lebt er in der Rottaler Kreisstadt.

Als Streetworker kümmern sie sich um junge Leute. Ihr Ratgeber richtet sich an Menschen jeden Alters. Wie kam es dazu?

Seit zwölf Jahren mache ich einen Workshop für Schüler mit dem Titel „Wir gegen Gewalt“. Mit meinen dabei gesammelten Erfahrungen habe ich zum einen begonnen, mit Gewaltstraftätern zu arbeiten, zum anderen mit Menschen, die sich zum Thema Selbstbehauptung und Deeskalation professionell schulen lassen wollen. Dazu gehören Sozialarbeiter, Türsteher oder Erzieher. Das Buch ist ein weiterer Schritt in diese Richtung.

Was soll ihr Ratgeber im Idealfall bewirken?

Dass Menschen mit Hilfe der Lektüre künftig Konflikte besser deeskalieren können. Dazu gehört auch, über eigene Anteile nachzudenken, die zu einer Eskalation beitragen könnten.

Zum Abschluss eine persönliche Frage: Wie schalten sie nach den täglichen traurigen Geschichten rund um Gewalt ab?

Ich versuche, bei meiner Arbeit in der Gewaltprävention aus Tätern keine Täter mehr werden zu lassen und aus Opfern keine Opfer mehr. Deshalb gehe ich mit dem Gefühl nach Hause, etwas Positives zu bewirken.

Das Gespräch mit Kandlbinder führte Herwig Slezak